



Department of Digital Business

Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)

Homepage: <https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS>

Vol. 5 No. 2 (2026) pp: 544-558

P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

Hubungan Intensitas Penggunaan *TikTok* dengan Konsentrasi Belajar pada Siswa SMP Kanisius Sleman

Dian Martha Prasetyaningrum, Berliana Henu Cahyani, Andreas Yudha Fery Nugroho

Program Studi Psikologi, Fakultas, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa

dianmartha68@gmail.com, berliana.henucahyani@ustjogja.ac.id, andreas.yudha@ustjogja.ac.id*

Abstrak

Konsentrasi belajar siswa SMP menjadi isu yang semakin penting seiring dengan meningkatnya penggunaan media sosial, khususnya TikTok, yang memiliki potensi untuk memengaruhi fokus dan perhatian siswa dalam proses pembelajaran. Penggunaan TikTok yang semakin meluas di kalangan remaja menimbulkan kekhawatiran terkait dampaknya terhadap aktivitas akademik, terutama dalam hal kemampuan berkonsentrasi saat belajar. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara intensitas penggunaan TikTok dengan konsentrasi belajar pada siswa SMP Kanisius Sleman. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan negatif antara intensitas penggunaan TikTok dengan konsentrasi belajar siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel penelitian terdiri dari 121 siswa yang dipilih sebagai responden. Pengumpulan data dilakukan melalui instrumen kuesioner yang mengukur tingkat intensitas penggunaan TikTok dan tingkat konsentrasi belajar siswa. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan program Jamovi untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel tersebut. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,645$ dengan nilai signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara intensitas penggunaan TikTok dengan konsentrasi belajar siswa. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ditolak. Temuan ini mengindikasikan bahwa penggunaan TikTok tidak selalu memberikan dampak negatif terhadap konsentrasi belajar, tetapi juga dapat berperan dalam mendukung fokus belajar apabila digunakan secara bijak, terarah, dan dalam batas yang wajar.

Kata kunci: intensitas penggunaan TikTok, konsentrasi belajar, siswa SMP

1. Latar Belakang

Pendidikan adalah fondasi utama dalam membangun peradaban bangsa, jika pendidikan anak berkualitas, akan membuat masa depan anak lebih terencana dan terjamin (Novi, 2017). Pendidikan yang diselenggarakan di masa kini akan menentukan kehidupan bangsa di masa depan, sehingga penting untuk mencermati penyelenggaraan pendidikan yang telah berjalan (Sakerebau, 2018).

Siswa pada jenjang sekolah menengah pertama atau SMP disebut sebagai remaja, menurut Hurlock (2002) remaja adalah fase transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, emosi dan sosial. Karakteristik remaja yaitu mencari jati diri, berpikir abstrak dan kurang bertanggung jawab terhadap waktu.

Proses belajar di sekolah, banyak siswa yang menghadapi berbagai masalah akademik, seperti kesulitan menyelesaikan tugas, kesulitan mengatur waktu belajar, dan menghabiskan waktu untuk melakukan hal yang menyenangkan, sehingga siswa kurang berkonsentrasi dan menunda tugas (Paragita, 2022).

Salah satu kendala yang kerap muncul adalah kesulitan dalam menjaga konsentrasi belajar, konsentrasi belajar merupakan suatu bentuk kapabilitas dari siswa untuk dapat memfokuskan perhatian dan pikirannya dalam mengikuti proses pembelajaran (Sati & Sunarti, 2021). Konsentrasi belajar sangat penting untuk menunjang keberhasilan suatu proses pembelajaran. Remaja yang tidak mampu untuk berkonsentrasi dengan baik dapat berdampak pada pemahaman mereka terhadap materi pembelajaran (Yuliana, Anindita, & Syaifuddin, 2021).

Csikszentmihalyi (1990) mendefinisikan konsentrasi belajar sebagai kondisi mental di mana perhatian individu sepenuhnya terfokus pada tugas belajar tanpa gangguan eksternal maupun internal, sehingga individu mengalami keterlibatan penuh dan menikmati aktivitas tersebut secara intrinsik. Sejalan dengan hal tersebut, Herman dan Safitri (2024) menegaskan bahwa konsentrasi belajar adalah kemampuan seseorang untuk memusatkan perhatian pada objek atau aktivitas belajar dalam jangka waktu tertentu, serta mampu mengabaikan berbagai rangsangan yang dapat mengganggu. Melalui pemahaman ini, kita menyadari bahwa konsentrasi bukan hanya sekadar kemampuan untuk tetap memperhatikan, tetapi juga merupakan fondasi penting yang mendukung tercapainya proses belajar yang efektif dan bermakna.

Konsentrasi tidak hanya mencakup aspek atensi visual, tetapi juga pengendalian kognitif terhadap gangguan internal dan eksternal yang dapat menghambat proses berpikir (Setiawan, 2025). Faktor eksternal seperti penggunaan media sosial dengan durasi tinggi dapat mengalihkan perhatian kognitif siswa dari proses pembelajaran, sehingga menurunkan efektivitas penyimpanan informasi dan kemampuan berpikir mendalam (Aini, 2023). Dalam teori *Cognitive Load* yang dikemukakan oleh Sweller (1988), beban kognitif yang berlebihan akibat rangsangan visual yang terus-menerus dapat mengurangi kapasitas memori kerja. Hal tersebut sejalan dengan kondisi siswa yang mengakses sosial media dalam durasi panjang, karena paparan video cepat dan beragam dapat menciptakan *extraneous load* yang mengganggu proses belajar.

Hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 2 Oktober 2025 di kelas VII dan IX menunjukkan bahwa sebagian siswa tampak belum siap mengikuti pelajaran karena masih sibuk dengan ponselnya. Observasi berikutnya pada tanggal 8 Oktober 2025 di kelas VIII memperlihatkan bahwa beberapa siswa tampak kehilangan fokus setelah 15–20 menit pembelajaran dimulai, mereka mulai berbicara dengan teman mengenai *For Your Page (FYP)* *Tiktok* dan memperhatikan hal lain di luar pelajaran.

Hasil observasi didukung dengan melakukan wawancara. Wawancara pertama dilakukan kepada guru Bimbingan Konseling, beliau mengatakan

“Selama proses belajar, siswa tampak sering kehilangan fokus dan mudah teralihkan oleh hal-hal di sekitarnya. Mereka belum mampu mempertahankan perhatian secara penuh pada materi yang sedang diajarkan,”

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan Konseling, diketahui bahwa salah satu aspek yang menunjukkan kurangnya konsentrasi belajar pada siswa terdapat pada aspek perilaku.

Wawancara selanjutnya pada subjek pertama siswa kelas VII yang menyatakan

“Saya sering merasa sulit fokus waktu pelajaran, apalagi kalau suasananya ramai atau pelajarannya susah. FYP di Tiktok saya juga mempengaruhi mood saya kak jadi kalau FYPnya sedih jadi ikutan dan buat saya malas pengen cepat selesai aja belajarnya,”

Menunjukkan bahwa faktor emosional turut memengaruhi konsentrasinya dalam belajar.

Subjek kedua siswa kelas VIII yang mengatakan

“Kalau saya belajar, kadang susah kak buat memahami penjelasan guru, jadi pikiran saya suka ke mana-mana. Waktu baca materi juga sering nggak nyantol di kepala,”

Menunjukkan bahwa aspek kognitif menjadi penyebab kurangnya konsentrasi dalam proses belajarnya.

Subjek ketiga siswa kelas IX yang mengatakan

“Saya sering nggak bisa diam waktu belajar, kadang ngobrol sama teman tentang informasi terbaru yang ada di Tiktok. Jadi akhirnya nggak dengar penjelasan guru dengan baik,”

Menunjukkan bahwa aspek perilaku menjadi hambatan utama dalam menjaga konsentrasi belajarnya.

Wawancara juga dilakukan oleh salah satu orang tua siswa kelas VII yang menyatakan

“Kalau di rumah, anak saya sering belajar tapi cepat lupa dengan apa yang sudah dibaca. Kadang juga terlihat bingung saat mengerjakan tugas, harus diingatkan berulang kali supaya paham,”

Menunjukkan bahwa aspek kognitif menjadi kendala utama dalam konsentrasi belajar anaknya.

Kondisi ini menunjukkan adanya variasi tingkat konsentrasi belajar antar siswa, yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah penggunaan media sosial. Siswa yang menghabiskan banyak waktu di media sosial terutama *Tiktok*, cenderung menunjukkan gejala penurunan fokus dan mudah terdistraksi saat proses belajar berlangsung.

Perkembangan teknologi digital telah mengubah cara remaja berinteraksi dan mengakses informasi melalui berbagai platform media sosial, media sosial adalah sekumpulan aplikasi berbasis internet yang dikembangkan berdasarkan prinsip dan teknologi web yang memungkinkan penggunaannya untuk membuat serta saling berbagi konten (Hidayati & Savira, 2021). Sedangkan Menurut Widada (2018) dalam (Yusuf et al., 2023) media sosial merupakan media daring yang memudahkan pengguna dalam memenuhi kebutuhan komunikasi mereka.

Salah satu media sosial yang sangat digemari saat ini adalah media sosial *Tiktok*. Indonesia merupakan pengguna *Tiktok* kedua terbanyak di dunia, dengan 112,97 juta pengguna (Annur, 2023). *Tiktok* adalah platform media sosial yang memungkinkan pengguna menyalurkan hobi dan kreativitas melalui video singkat yang dapat diunggah ke halaman utama atau FYP (*For Your Page*). Selain sebagai sarana hiburan, *Tiktok* juga dimanfaatkan sebagai media promosi produk dengan konten yang dibuat secara kreatif untuk menarik perhatian konsumen (Cutisah & Sungkono, 2023).

Intensitas penggunaan *Tiktok* yang tinggi pada kalangan remaja menunjukkan adanya perubahan pola perilaku belajar yang berdampak terhadap konsentrasi dalam proses akademik (Baitillah, Rayaginansih, & Thahir, 2025). Tubbs dan Moss (1983) dalam Wahyuliarmy & Sari (2021), menyatakan bahwa intensitas merupakan sebuah momentum yang memiliki keterkaitan erat dengan waktu, di mana momentum tersebut biasanya muncul dan dikenali pada waktu tertentu.

Berdasarkan laporan *We Are Social*, pada Januari 2023 jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 212,9 juta orang. Dari jumlah tersebut, 98,3% mengakses internet dengan rata-rata waktu penggunaan sekitar 7 jam 42 menit per hari. Sementara itu, sebanyak 167 juta orang tercatat aktif menggunakan media sosial, yang mewakili sekitar 60,4% dari total populasi. Rata-rata durasi penggunaan media sosial mencapai 3 jam 18 menit per hari (Clinten & Pertiwi, 2023). Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar waktu remaja terserap untuk aktivitas daring, sehingga berpotensi memperbesar kecenderungan konsentrasi belajar yang rendah.

Data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2024) menunjukkan bahwa 73% pengguna aktif *Tiktok* di Indonesia merupakan kelompok usia 13–18 tahun, dengan rata-rata waktu penggunaan mencapai 128 menit per hari. Data ini menunjukkan bahwa durasi penggunaan *Tiktok* oleh siswa SMP termasuk dalam kategori tinggi, yang dapat berpotensi menurunkan efektivitas proses belajar formal. Kebiasaan ini dalam jangka Panjang dapat menciptakan ketergantungan digital yang berdampak terhadap perkembangan kognitif dan kesehatan mental siswa (Pratiwi & Lestari, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Aini (2023) pada siswa MA NWDI Lepak menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara penggunaan media sosial *Tiktok* dan konsentrasi belajar, di mana semakin tinggi penggunaan *Tiktok* maka semakin rendah tingkat konsentrasi siswa. Hasil serupa juga ditemukan oleh Fitria dan Nuraini (2025) yang menunjukkan bahwa siswa dengan intensitas penggunaan *Tiktok* yang tinggi cenderung memiliki nilai akademik lebih rendah akibat gangguan konsentrasi dan peningkatan stres digital. Studi tersebut memperkuat pandangan bahwa paparan media sosial berlebihan berdampak langsung terhadap penurunan kualitas konsentrasi belajar.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan intensitas penggunaan *Tiktok* dengan konsentrasi belajar pada siswa SMP Kanisius Sleman. Dengan mempertimbangkan permasalahan

yang terdapat di SMP Kanisius Sleman terkait konsentrasi belajar siswa, penelitian lebih lanjut perlu dilakukan pada tingkat siswa SMP.

2. Metode Penelitian

A. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian

1. Variabel Tergantung (Y) : Konsentrasi Belajar
2. Variabel Bebas (X) : Intensitas Penggunaan *Tiktok*

B. Definisi Operasi Variabel Penelitian

1. Konsentrasi Belajar
Konsentrasi belajar adalah kondisi mental di mana perhatian individu sepenuhnya terfokus pada tugas belajar tanpa gangguan eksternal maupun internal, sehingga individu mengalami keterlibatan penuh dan menikmati aktivitas tersebut secara intrinsik. Pembuatan skala penelitian pada penelitian ini mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Csikszentmihalyi (1990) yaitu aspek kognitif, emosional dan perilaku.
2. Intensitas Penggunaan *Tiktok*
Intensitas penggunaan *Tiktok* adalah usaha yang dilakukan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan mencakup tindakan pada waktu tertentu dan memiliki volume tindakan yang dikatakan memiliki intensitas. Intensitas penggunaan *Tiktok* diukur dengan menggunakan skala berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Ajzen (2005) yang meliputi perhatian, penghayatan, durasi dan frekuensi.

C. Populasi dan Sample Subjek Penelitian

Teknik yang digunakan dalam menentukan sampel penelitian ini menggunakan teknik sampel jenuh (sampling jenuh) artinya semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Kriteria sampel dalam penelitian ini yaitu siswa SMP Kanisius Sleman berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, kelas VII, VIII, IX yang aktif bermain *Tiktok*. Populasi terdiri dari 121 siswa yang terbagi dalam beberapa kelas.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tes dengan menggunakan skala (*scale*). Skala adalah seperangkat pernyataan atau pertanyaan yang tidak terstruktur secara langsung untuk mengungkapkan atribut tertentu melalui pernyataan atau jawaban atas pertanyaan (Azwar, 2010).

Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *summated rating* di mana responden memberikan penilaian numerik untuk serangkaian pernyataan yang mencerminkan tingkat persetujuan atau ketidaksetujuan. Skala yang digunakan untuk mengukur persepsi, sikap, atau pendapat individu atau kelompok terhadap suatu peristiwa atau fenomena sosial.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan skala kepada subjek, melalui *google form* dalam bentuk skala *Likert*. Skala *Likert* merupakan skala yang terdiri dari dua jenis item yaitu *favorable* dan *unfavorable* dengan empat pilihan jawaban. Skor dari item adalah 4, 4 untuk pilihan jawaban sangat sesuai (SS), 3 untuk pilihan jawaban sesuai (S), 2 untuk tidak sesuai (TS), dan 1 untuk sangat tidak sesuai (STS). Skor yang sudah diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitian dijumlahkan untuk masing-masing skala.

1. Skala Konsentrasi Belajar

Tabel 1. Blue Print Pembobotan Skala Konsentrasi Belajar

No	Aspek	Indikator	Bobot (%)
1.	Kognitif	1. Mampu memusatkan perhatian pada tugas atau pelajaran yang sedang dikerjakan. 2. Tidak mudah teralihkan oleh gangguan dari lingkungan (misalnya suara, notifikasi HP). 3. Mampu mengingat dan mempertahankan fokus dalam waktu tertentu.	37,5%
2.	Emosional	1. Memiliki minat dan motivasi untuk belajar. 2. Menunjukkan perasaan senang atau nyaman saat mengikuti pembelajaran. 3. Tidak mudah cemas, bosan, atau frustrasi saat menghadapi kesulitan belajar.	37,5%
3.	Perilaku	1. Tidak melakukan aktivitas lain saat belajar (tidak main HP, ngobrol, menggambar, dll). 2. Menyelesaikan tugas tepat waktu tanpa terdistraksi.	25%
	Total		100%

Tabel 2. Sebaran Item Skala Konsentrasi Belajar

No	Aspek	<i>Favourabel</i>	<i>Unfavourabel</i>	f
1.	Kognitif	1, 9 2, 10 3, 11	17, 25 18, 26 19, 27	12
2.	Emosional	4, 12 5, 13 6, 14	20, 28 21, 29 22, 30	12
3.	Perilaku	7, 15 8, 16	23, 31 24, 32	8
	Jumlah	16	16	32

Tabel 3. Skoring Alternatif Jawaban Skala Variabel Tergantung

No	Alternatif respon	Skoring	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Sangat Sesuai	4	1
2.	Sesuai	3	2
3.	Tidak Sesuai	2	3
4.	Sangat Tidak Sesuai	1	4

2. Skala Intensitas Penggunaan *Tiktok*

Tabel 4. Blue Print Pembobotan Skala Intensitas Penggunaan *Tiktok*

No	Aspek	Indikator	Bobot (%)
1.	Perhatian	1. Merasa terdorong untuk segera membuka <i>Tiktok</i> ketika notifikasi muncul. 2. Kesulitan mengalihkan perhatian dari <i>Tiktok</i> saat sedang belajar.	25%
2.	Penghayatan	1. Merasa terlibat secara emosional dengan konten <i>Tiktok</i> (misalnya tertawa, terinspirasi).	25%

		2. Menganggap <i>Tiktok</i> sebagai tempat untuk mengekspresikan diri atau mencari validasi.	
3.	Durasi	1. Menunda aktivitas lain karena terlalu lama menggunakan <i>Tiktok</i> . 2. Rutin menggunakan <i>Tiktok</i> dalam waktu yang lama saat malam hari atau menjelang tidur.	25%
4.	Frekuensi	1. Mengakses <i>Tiktok</i> beberapa kali dalam sehari. 2. Sering mengecek <i>Tiktok</i> saat waktu luang atau istirahat.	25%
	Jumlah		100%

Tabel 5. Sebaran Item Skala Intensitas Penggunaan *Tiktok*

No	Aspek	<i>Favourabel</i>	<i>Unfavourabel</i>	f
1.	Perhatian	1, 9 2, 10	17, 25 18, 26	8
2.	Penghayatan	3, 11 4, 12	19, 27 20, 28	8
3.	Durasi	5, 13 6, 14	21, 29 22, 30	8
4.	Frekuensi	7, 15 8, 16	23, 31 24, 32	8
	Jumlah	16	16	32

Tabel 6. Skoring Alternatif Jawaban Skala Intensitas Penggunaan *Tiktok*

No	Alternatif respon	Skoring	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Sangat Sering	4	1
2.	Sering	3	2
3.	Jarang	2	3
4.	Tidak Pernah	1	4

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas merupakan aspek terpenting dalam menilai kualitas tes sebagai alat ukur. Validitas mengacu pada seberapa layak, bermakna, dan bermanfaat inferensi yang dihasilkan dari skor tes (Azwar, 2019). Pada penelitian ini, digunakan validitas isi, yaitu validitas yang diestimasikan lewat pengujian terhadap kelayakan dan relevansinya isi aitem sebagai jabaran dari indikator yang diukur melalui analisis *profesional judgment* (Azwar, 2012). Batas koefisien daya beda yang digunakan dalam penelitian ini adalah koefisien korelasi sebesar $r_{ix} \geq 0,25$ (Azwar, 2017).

2. Reliabilitas

Reliabilitas merujuk pada tingkat kepercayaan atau konsistensi hasil pengukuran, yang menunjukkan sejauh mana pengukuran dilakukan dengan akurat dan cermat (Azwar, 2012). Secara khusus, reliabilitas mengacu pada konsistensi hasil skor dari aitem-aitem yang terdapat di dalam kuesioner, sehingga uji reliabilitas pada dasarnya mengukur ketepatan skala pengukuran instrumen penelitian (Budiastuti & Bandur, 2018). Hasil pengukuran dianggap dapat dipercaya jika dalam beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif konsisten, asalkan aspek yang diukur dalam diri subjek belum mengalami perubahan (Ida & Musyarofah, 2021). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji reliabilitas konsistensi internal dengan menghitung estimasi reliabilitas melalui *Alpha Cronbach* yang juga dikenal sebagai koefisien alpha. Nilai koefisien alpha berkisar antara 0, yang menandakan tidak adanya reliabilitas, hingga 1, yang menunjukkan

reliabilitas sempurna. Koefisien yang mendekati angka 1 mengindikasikan reliabilitas yang tinggi, sedangkan koefisien yang mendekati angka 0 menunjukkan reliabilitas rendah.

F. Teknik Analisis Data

Skala konsentrasi belajar dan skala intensitas penggunaan *Tiktok* digunakan untuk memperoleh data penelitian. Pada penelitian ini teknik korelasi *Product Moment* dari *Pearson* dengan menggunakan *Jamovi* untuk melihat hubungan antara konsentrasi belajar sebagai variabel tergantung dan intensitas penggunaan *Tiktok* sebagai variabel bebas.

3. Hasil dan Diskusi

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kancah

Penelitian ini dilakukan di SMP Kanisius Sleman yang terletak di wilayah Sleman, Yogyakarta. SMP Kanisius Sleman merupakan salah satu sekolah menengah pertama swasta yang memiliki jumlah siswa sebanyak 121 orang. Siswa di sekolah ini umumnya berusia antara 12 hingga 15 tahun dan berada pada masa perkembangan remaja awal, di mana mereka mulai menggunakan media sosial sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari, khususnya aplikasi Tik Tok.

Di SMP Kanisius Sleman, penggunaan handphone diatur secara bijak agar mendukung proses pembelajaran dan kedisiplinan siswa. Siswa diperbolehkan menggunakan handphone saat istirahat dengan tetap memperhatikan etika serta tidak mengganggu lingkungan sekitar. Selain itu, penggunaan handphone juga diperkenankan pada saat kegiatan pembelajaran yang memang membutuhkan perangkat tersebut sebagai media belajar, dengan pengawasan guru.

Fasilitas wifi yang disediakan sekolah dimanfaatkan untuk menunjang akses informasi dan sumber belajar yang relevan. Kebijakan ini sejalan dengan visi utama Yayasan Kanisius yang diterapkan di SMP Kanisius Sleman, yaitu membentuk pendidik dan peserta didik yang cerdas, berkarakter, peduli sesama, dan lingkungan.

Misi utamanya adalah menyelenggarakan pendidikan berkualitas berdasarkan Paradigma Pedagogi Reflektif (PPR), berlandaskan nilai-nilai Kanisius untuk menciptakan pribadi unggul, disiplin, jujur, dan melayani. Adapun visi sekolah adalah menjadi komunitas pendidikan yang mendidik anak Indonesia agar cerdas, berkarakter, serta peduli terhadap sesama dan lingkungan.

Sementara itu, misinya meliputi penyelenggaraan pendidikan dasar dan menengah yang berkualitas, pengembangan pribadi yang kompeten, berkarakter, dan unggul berdasarkan nilai-nilai Kanisius seperti kedisiplinan, kepedulian, kejujuran, dan kemerdekaan, mengoptimalkan sumber daya bersama mitra strategis, serta menerapkan Paradigma Pedagogi Reflektif (PPR) dalam proses pembelajaran.

2. Persiapan Penelitian

a. Persiapan administrasi

Persiapan yang dilakukan dalam penelitian ini diawali dengan pengisian *form* lembar persetujuan penelitian payung pada tanggal 17 Juni 2025. Lembar persetujuan yang sudah terisi dengan identitas diri beserta judul penelitian yang akan dilakukan kemudian diserahkan kepada dosen pembimbing satu dan dosen pembimbing dua untuk mendapatkan persetujuan dengan menandatangani *form* tersebut. Setelah mendapatkan persetujuan, langkah selanjutnya ialah pembuatan permohonan surat izin pada tanggal 27 November 2025 yang ditujukan kepada SMP Kanisius Sleman yang merupakan tempat penelitian. Surat permohonan izin penelitian dengan nomor surat 478/UST/F.Psi/Dekan/XI/2025 kemudian diserahkan kepada SMP Kanisius Sleman pada tanggal 27 November 2025 dan mendapat persetujuan langsung dari Guru Kesiswaan pada Kamis, 27 November 2025. Setelah itu, pengambilan data penelitian selesai pada Jumat, 28 November 2025 dan mendapatkan surat selesai penelitian dari SMP Kanisius Sleman dengan nomor surat 168/SMPK.SLM/XII/2025.

b. Persiapan alat ukur

Persiapan instrumen penelitian meliputi penyusunan skala dan pengumpulan data penelitian. Sebelum melakukan pengambilan data dilapangan, peneliti dibimbing oleh Dr. Berliana Henu Cahyani, S.Psi., M.Psi. dan Andreas Yudha Fery Nugroho, S.Psi., M.A. untuk memberikan *professional judgment* guna memastikan apakah aitem yang disusun sudah mudah dipahami oleh subjek penelitian.

1) Penyusunan Skala Konesntrasi Belajar

a) Uji Validitas

Uji coba skala konsentrasi belajar dilakukan pada 35 siswa SMP Bobkri 5 Yogyakarta. Skala ini terdiri dari aitem *favourable* adalah 16 butir, sedangkan aitem *unfavourable* juga berjumlah 16 butir, sehingga totalnya mencapai 32 aitem, dengan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Skala ini terdiri dari aitem-aitem yang dirancang untuk mengukur tingkat konsentrasi belajar subjek. Aitem disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Csikszentmihalyi (1990) yaitu aspek kognitif, emosional dan perilaku.

Setelah seluruh item pada skala konsentrasi belajar diisi oleh responden, dilakukan seleksi berdasarkan koefisien korelasi item-total. Dalam proses ini, digunakan batas nilai 0,20 sebagai kriteria. Item yang memiliki nilai indeks lebih besar atau sama dengan 0,20 dianggap layak untuk dimasukkan dalam skala penelitian. Analisis item ini dilakukan menggunakan Jamovi, dan dari hasil analisis, terdapat 28 item yang valid, yaitu item nomor 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32. Sebaliknya, terdapat 4 item yang todak lolos, yaitu nomer 2, 14, 16, 30. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai korelasi item berkisar antara 0,375 hingga 0,749. Berikut sebaran aitem skala uji coba:

Tabel 7. Distribusi Sebaran Item Sahih dan Gugur Skala Konsentrasi Belajar

No	Aspek	Item				f
		<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		
		Sahih	Gugur	Sahih	Gugur	
1.	Kognitif	1, 3, 9, 10, 11	2	17, 18, 19, 25, 26, 27	-	12
2.	Emosional	4, 5, 6, 12, 13	14	20, 21, 22, 28, 29	30	12
3.	Perilaku	7, 8, 15	16	23, 24, 31, 32	-	8
	Jumlah					32

Tabel 8. Penomeran Baru Skala Konsentrasi Belajar Setelah Uji Coba

No	Aspek	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	f
1.	Kognitif	1, 3, 9, 10, 11	17, 18, 19, 25, 26, 27	11
2.	Emosional	4, 5, 6, 12, 13	20, 21, 22, 28, 29	10
3.	Perilaku	7, 8, 15	23, 24, 31, 32	7
	Jumlah	13	15	28

b) Uji Reliabilitas

Estimasi reliabilitas uji coba pada skala konsentrasi belajar dianalisis menggunakan *alpha cronbach* dan hanya menggunakan aitem-aitem yang valid. Skala konsentrasi belajar memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,939 artinya tingkat hasil kepercayaan pengukuran skala konsentrasi belajar adalah 93,9%. Sehingga skala tersebut handal serta dapat digunakan sebagai alat ukur pengumpulan data dalam penelitian.

2) Penyusunan Skala Intensitas Penggunaan Tiktok

a) Uji Validitas

Uji coba skala intensitas penggunaan tiktok diadakan pada 35 siswa SMP Bobkri 5 Yogyakarta. Skala ini terdiri dari 16 aitem yang bersifat *favourable* dan 16 aitem yang bersifat *unfavourable*, sehingga totalnya mencapai 32 aitem. Respon untuk setiap aitem diberikan melalui empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sering, Sering, Jarang, Tidak Pernah.

Skala ini terdiri dari aitem-aitem yang bertujuan untuk mengukur tingkat intensitas penggunaan tiktok subjek. Penyusunan aitem ini didasarkan pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ajzen (2005) yang meliputi perhatian, penghayatan, durasi dan frekuensi.

Setelah semua item pada skala intensitas penggunaan tiktok diisi oleh responden, dilakukan seleksi berdasarkan koefisien korelasi item-total. Dalam analisis ini, digunakan ambang batas nilai sebesar 0,20 sebagai kriteria. Item yang memiliki indeks korelasi lebih besar atau sama dengan 0,20 dinyatakan layak untuk dimasukkan dalam penelitian. Analisis item dilakukan menggunakan Jamovi, dan hasilnya menunjukkan bahwa terdapat 25 item yang valid, yaitu item 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 24, 25, 26, 28, 30, 31, 32. Sementara itu terdapat 7 item yang tidak lolos seleksi, yaitu item nomer 8, 17, 21, 22, 23, 27, 29. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai korelasi item berkisar antara 0,281 hingga 0,667.

Tabel 9. Distribusi Sebaran Item Sahih dan Gugur Skala Intensitas Penggunaan Tiktok

No	Aspek	Item				f
		Favorable		Unfavorable		
		Sahih	Gugur	Sahih	Gugur	
1.	Perhatian	1, 2, 9, 10	-	18, 25, 26	17	8
2.	Penghayatan	3, 4, 11, 12	-	19, 20, 28	27	8
3.	Durasi	5, 6, 13, 14	-	30	21, 22, 29	8
4.	Frekuensi	7, 15, 16	8	24, 31, 32	23	8
	Jumlah					32

Tabel 10. Penomoran Baru Skala Intensitas Penggunaan Tiktok Setelah Uji Coba

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	f
1.	Perhatian	1, 2, 9, 10	18, 25, 26	7
2.	Penghayatan	3, 4, 11, 12	19, 20, 28	7
3.	Durasi	5, 6, 13, 14	30	5
4.	Frekuensi	7, 15, 16	24, 31, 32	6
	Jumlah	15	10	25

b) Uji Reliabilitas

Estimasi reliabilitas uji coba pada skala intensitas penggunaan tiktok dianalisis menggunakan formula *alpha cronbach* dan hanya menggunakan aitem-aitem yang valid. Skala intensitas penggunaan tiktok memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,897 artinya tingkat hasil kepercayaan pengukuran skala intensitas penggunaan tiktok adalah 89,7%. Sehingga skala tersebut handal serta dapat digunakan sebagai alat ukur pengumpulan data dalam penelitian.

3. Pengambilan data Penelitian

Penelitian dilaksanakan menggunakan metode uji coba langsung. Uji coba skala dilaksanakan di SMP Bobkri 5 Yogyakarta pada hari Senin, 24 November 2025 perwakilan dari kelas VII, VII, XI dengan jumlah total subjek uji coba 35 siswa. Uji coba dilakukan menggunakan Google Formulir untuk mengisi skala yang disediakan. Setelah itu, dilanjut dengan pengambilan data penelitian yang sesungguhnya pada tanggal 28 November 2025 di SMP Kanisius Sleman dengan jumlah subjek yang mengisi sebanyak 121 siswa. Pengisian skala dilakukan dalam bentuk Google Formulir.

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah siswa SMP Kanisius Sleman. Kriteria subjek ditentukan oleh peneliti yaitu siswa dari kelas VII, VII, XI tahun ajaran 2025/2026. Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, aktif menggunakan sosial media *Tiktok*. Berikut ini adalah table kelas VII, VII, XI SMP Kanisius Sleman.

Table 11. Deskripsi Subjek Penelitian

Kriteria		Total	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	61	121
	Perempuan	60	
Kelas	VII	37	121
	VIII	48	
	XI	36	

Kelas	Laki-Laki	%	Perempuan	%	Total
VII A	12	9,9	8	6,6	16,5%
VII B	10	8,2	7	5,7	13,9%
VIII A	10	8,2	14	11,5	19,7%
VIII B	10	8,2	14	11,5	19,7%
IX A	11	9,09	8	6,6	15,7%
IX B	8	6,6	9	7,5	14,5%
Total	61	51	60	49	100%

Berdasarkan tabel di atas, subjek dalam penelitian ini sebanyak 61 siswa berjenis kelamin laki-laki dan 60 siswa berjenis kelamin perempuan. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa mayoritas dari subjek penelitian berjenis kelamin laki-laki dengan persentase 51%. Selain itu, diketahui juga bahwa subjek penelitian ini terdiri dari kelas VII yang berjumlah 37 siswa (30,4%), VIII yang berjumlah 48 siswa (39,4%), XI yang berjumlah 36 siswa (30,2%).

2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian bertujuan untuk mengetahui rata-rata dan standar deviasi pada skala konsentrasi belajar dan intensitas penggunaan Tiktok pada siswa SMP Kanisius Sleman. Hal ini juga dilakukan untuk mengetahui skor tertinggi dan terendah, serta menentukan kategorisasi data penelitian. Data deskripsi terdiri dari dua jenis, yaitu data hipotetik yang didasarkan pada skor yang mungkin diperoleh oleh subjek penelitian, dan data empirik yang merupakan skor sebenarnya berdasarkan hasil pengumpulan data. Berdasarkan hasil uji coba, skor empirik dan hipotetik diperoleh sebagaimana dapat dilihat pada tabel 12 berikut:

Tabel 12. Data Deskriptif Skala Konsentrasi Belajar dan Intensitas Penggunaan *Tiktok*

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Konsentrasi belajar	28	112	70	14	58	106	82	8
Intensitas Penggunaan <i>Tiktok</i>	25	100	62,5	12,5	60	100	80	6,7

Keterangan :

Mean : Rata-rata
Min : Minimal
Max : Maximal
SD : *Standard Deviation*

3. Data Kategorisasi Penelitian

Berdasarkan hasil deskripsi data penelitian di atas, selanjutnya dilakukan pengelompokan atau kategorisasi. Kriteria yang diterapkan dalam penelitian ini terdiri dari lima tingkat kategorisasi, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Rumus serta hasil dari kategorisasi tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 13. Rumus Kategorisasi

Kategori	Rumus
Sangat Tinggi	$x \geq (\mu + 1,8 \times \sigma)$
Tinggi	$(\mu + 0,6 \times \sigma) \leq x < (\mu + 1,8 \times \sigma)$
Sedang	$(\mu - 0,6 \times \sigma) \leq x < (\mu + 0,6 \times \sigma)$
Rendah	$(\mu - 1,8 \times \sigma) \leq x < (\mu - 0,6 \times \sigma)$
Sangat Rendah	$x < (\mu - 1,8 \times \sigma)$

Keterangan:

μ : Mean/Rata-rata
 σ : Deviasi Standard
x : Raw Score

Berdasarkan rumus kategorisasi di atas, subjek penelitian dapat dikelompokkan ke dalam lima kategori pada setiap variabel yang diteliti. Berikut kategorisasi subjek penelitian ini:

Tabel 14. Kategorisasi Konsentrasi Belajar dan Intensitas Penggunaan *Tiktok*

Kategori	Variabel					
	Konsentrasi Belajar	f	%	Intensitas Penggunaan <i>Tiktok</i>	f	%
Sangat Tinggi	$X \geq (95,2)$	7	5,7	$X \geq (85)$	20	16,5
Tinggi	$(78,4) < X \leq (95,2)$	67	55,4	$(70) < X \leq (85)$	55	45,5
Sedang	$(61,6) < X \leq (78,4)$	42	34,8	$(55) < X \leq (70)$	45	37,2
Rendah	$(44,8) < X \leq (61,6)$	5	4,1	$(40) < X \leq (55)$	1	0,8
Sangat Rendah	$X < (44,8)$	0	0	$X < (40)$	0	0
Total		121	100		121	100

4. Uji Asumsi

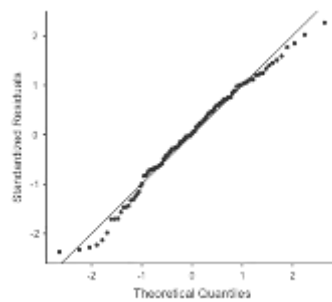
a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah persebaran data diperoleh dapat normal atau tidak. Normal atau tidaknya persebaran data merupakan syarat wajib yang harus terpenuhi oleh penelitian agar bisa melanjutkan analisis statistik selanjutnya. Kaidah uji normalitas yaitu $p > 0,05$ artinya sebaran data berdistribusi normal. Sedangkan jika $p < 0,05$ berarti sebaran data tidak berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov test* dengan bantuan program Jamovi versi 2.6.44 menunjukkan bahwa $p = 0,948$ ($p > 0,05$) artinya data berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Sebelum uji hipotesis dilakukan, uji linearitas merupakan salah satu syarat yang harus terpenuhi. Uji linearitas bertujuan melihat adanya hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan *Q-Q Plot Of Residuals* dengan bantuan program Jamovi versi 2.6.44. Kaidah yang harus terpenuhi agar hubungan kedua variabel bisa dikatakan linear, jika titik-titik data mengikuti garis diagonal, data cenderung normal. Jika menyimpang jauh data tidak normal.

Q-Q. Plot



Gambar 2. Q-Q.Plot

Berdasarkan hasil pemaparan di atas sebagian besar titik mengikuti garis diagonal, hanya ada sedikit penyimpangan di ujung-ujung dan pola secara keseluruhan cukup linear. Artinya, data bersifat linear.

5. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel konsentrasi belajar dengan intensitas penggunaan *TikTok*. Teknik analisis yang digunakan adalah *Pearson Product-moment correlation*, dengan hipotesis terdapat hubungan negatif antara intensitas penggunaan *TikTok* dengan konsentrasi belajar pada siswa SMP Kanisius Sleman. Hipotesis dinyatakan diterima jika nilai signifikansi $p < 0,05$, dan jika nilai signifikansi $p > 0,05$, maka hipotesis di tolak.

Berdasarkan hasil uji hipotesis, diperoleh nilai korelasi $r = 0,645$ dengan nilai signifikansi (p) = $0,001 < 0,05$. Yang menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara intensitas penggunaan *TikTok* dengan konsentrasi belajar. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh negatif ditolak. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin rendah intensitas penggunaan *TikTok*, maka semakin tinggi pula konsentrasi belajar.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dipaparkan sebelumnya, penelitian ini mengungkapkan sebuah temuan yang sangat menarik dan bersifat kontradiktif terhadap *stereotype* umum mengenai media sosial. Hasil uji korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,645 dengan tingkat signifikansi (p) = $0,001 < 0,05$. Secara statistik, angka ini mengindikasikan adanya hubungan positif dan sangat signifikan antara intensitas

penggunaan *Tiktok* dengan konsentrasi belajar siswa di SMP Kanisius Sleman. Temuan ini secara otomatis menolak hipotesis awal yang menduga adanya hubungan negative.

Fenomena ini menuntut analisis mendalam mengenai mengapa pola hubungan di SMP Kanisius Sleman berbeda dari anggapan masyarakat pada umumnya yang cenderung melabeli media sosial sebagai distraksi murni. Penjelasan pertama terletak pada pergeseran pola konsumsi informasi pada Generasi Z. Bagi siswa SMP Kanisius Sleman yang merupakan *digital natives*, *Tiktok* telah bertransformasi dari sekadar media hiburan menjadi platform *micro-learning* yang efektif. Karakteristik konten *Tiktok* yang berdurasi pendek namun padat menuntut *audiens* untuk memberikan perhatian penuh dalam waktu singkat agar tidak ketinggalan inti informasi.

Hal ini secara tidak langsung melatih *attention span* siswa untuk fokus pada stimuli visual dan auditori yang bergerak cepat. Sebagaimana dikemukakan dalam studi literatur mengenai media pembelajaran digital (Khusnia, 2021), pemanfaatan media sosial yang kreatif dapat memicu ketertarikan kognitif siswa, yang pada gilirannya akan menajamkan fokus mereka saat menghadapi materi yang serupa di sekolah.

Hubungan positif ini juga dapat ditinjau dari perspektif psikologi kognitif dan afektif. Penggunaan *Tiktok* dengan intensitas tertentu sering kali berfungsi sebagai sarana regulasi emosi atau *mood booster* bagi siswa. Dalam tekanan kurikulum yang padat, siswa memerlukan jeda mental (*brain break*) yang mampu menurunkan tingkat kortisol (hormon stres) dan meningkatkan dopamin melalui konten yang menghibur. Kondisi emosional yang positif dan rileks setelah mengakses *Tiktok* membuat siswa memiliki kesiapan kognitif (*cognitive readiness*) yang lebih baik. Ketika beban mental berkurang, kapasitas kerja memori (*working memory*) menjadi lebih optimal untuk menyerap informasi baru di kelas. Analisis ini sejalan dengan premis bahwa motivasi dan minat belajar yang timbul dari perasaan senang terhadap suatu media akan berbanding lurus dengan kemampuan konsentrasi siswa dalam memproses materi (Naim, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tasya Safitri Herman (2024) yang berjudul "Hubungan Antara Konsentrasi Belajar dengan Tingkat Penggunaan Media Sosial TikTok pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Parepare". Dalam penelitian tersebut diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,620 yang menunjukkan adanya hubungan positif antara penggunaan media sosial TikTok dengan konsentrasi belajar mahasiswa.

Berdasarkan hasil kategorisasi dari variable konsentrasi belajar terdapat 7 siswa (5,7%) yang termasuk dalam kategorisasi sangat tinggi, 67 siswa (55,4%) dalam kategorisasi tinggi, 42 siswa (34,8%) dalam kategorisasi sedang, 5 siswa (4,1%) dalam kategorisasi rendah dan 0 siswa dalam kategorisasi sangat rendah. Sedangkan pada variabel intensitas penggunaan TikTok terdapat 20 siswa (16,5%) dalam kategorisasi sangat tinggi, 55 siswa (45,5%) dalam kategorisasi tinggi, 45 siswa (37,2%) dalam kategorisasi sedang, 1 siswa (0,8%) dalam kategorisasi rendah, dan 0 siswa dalam kategorisasi sangat rendah.

Korelasi positif sebesar 0,645 temuan ini dapat dijelaskan melalui keterkaitan aspek-aspek pada masing-masing variabel. Pada variabel intensitas penggunaan TikTok yang mengacu pada Ajzen (2005), terdapat empat aspek yaitu perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi. Sementara itu, konsentrasi belajar Csikszentmihalyi (1990) terdiri dari aspek kognitif, emosional, dan perilaku.

Aspek perhatian dan penghayatan dalam penggunaan TikTok memungkinkan siswa untuk lebih fokus dalam menerima informasi yang menarik dan relevan, sehingga dapat melatih kemampuan kognitif seperti memahami dan mengingat materi. Selain itu, konten yang bersifat edukatif dan menarik juga dapat memengaruhi aspek emosional siswa, seperti meningkatkan minat dan motivasi belajar. Dari sisi perilaku, penggunaan TikTok dengan frekuensi dan durasi yang terkontrol dapat membentuk kebiasaan belajar yang lebih terarah, misalnya dengan memanfaatkan platform tersebut sebagai media pembelajaran.

Namun demikian, hubungan positif ini tidak terlepas dari bagaimana siswa mengelola penggunaan TikTok itu sendiri. Jika penggunaan tidak terkontrol, justru berpotensi menurunkan konsentrasi belajar. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk memiliki kontrol diri.

Temuan empiris meruntuhkan generalisasi bahwa media sosial tidak selalu berkorelasi negatif dengan konsentrasi belajar. Sebaliknya, penelitian ini memberikan bukti baru bahwa di bawah kondisi literasi dan konten yang tepat, intensitas penggunaan media sosial seperti *Tiktok* mampu berjalan beriringan dengan

peningkatan ketajaman konsentrasi belajar siswa, menciptakan model hubungan linier yang sehat antara teknologi dan pendidikan di era modern.

4. Kesimpulan

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menguji secara empiris hubungan intensitas penggunaan *Tiktok* dengan konsentrasi belajar siswa SMP Kanisius Sleman. Hasilnya menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini ditolak. Hal tersebut berarti terdapat hubungan yang positif antara intensitas penggunaan *Tiktok* dengan konsentrasi belajar. Artinya semakin rendah intensitas penggunaan *Tiktok*, maka semakin tinggi tingkat konsentrasi belajar siswa. Begitu juga sebaliknya semakin tinggi intensitas penggunaan *Tiktok*, maka semakin rendah tingkat konsentrasi belajar siswa.

Referensi

1. Aini, Q. (2023). Hubungan media sosial *Tiktok* terhadap konsentrasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan dan Teknologi*, 5(2), 112–120.
2. APJII. (2024). Laporan Survei Penetrasi dan Perilaku Internet di Indonesia Tahun 2024. Jakarta: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.
3. Ajzen, I. (2005). *Attitude, Personality, And Behavior*. Open University Press.
4. Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi ke-1). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
5. Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
6. Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi ke-2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
7. Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
8. Annur, C. M. (2023, Mei 24). Pengguna *Tiktok* di Indonesia terbanyak Kedua di Dunia per April 2023, Nyaris Salip AS. Diakses pada Kamis 19 Oktober 2023 dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/05/24/penggunaTiktok-di-indonesia-terbanyak-kedua-di-dunia-per-april-2023-nyaris-salipas>
9. Baitillah, N., Rayaginansih, S. F., & Thahir, M. (2025). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial WhatsApp dengan Academic Flow (Studi Korelasi pada Siswa SMA Darul Fatwa Tahun Ajaran 2023/2024). *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 9(1), 115–123. <https://doi.org/10.30653/001.202591.466>
10. Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). *Validitas dan reliabilitas penelitian*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
11. Clinton, B. & Pertiwi, W. K. (2023, Februari 13). Pengguna Internet di Indonesia tembus 212,9 juta di awal 2023. Diakses pada Jumat 15 September 2023 dari <https://tekno.kompas.com/read/2023/02/13/19300087/pengguna-internet-diindonesia-tembus-212-9-juta-di-awal-2023>.
12. Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper & Row. <https://www.harpercollins.com/products/flow-mihaly-csikszentmihalyi>
13. Cutisah, & Sungkono. (2023). Analisis Dampak Penggunaan Aplikasi *Tiktok* Terhadap Minat Beli Mahasiswa Prodi Manajemen Universitas Buana Perjuangan Karawang Angkatan 2020. *Jurnal Penelitian Ekonomi Manajemen Dan Bisnis*, 2(3), 191–200. <https://doi.org/10.55606/jekombis.v2i3.1944>
14. Fauziah, R. N., Nurpratiwiningsih, L., & Toharudin, M. (2024). Analisis Penggunaan Aplikasi *Tiktok* Terhadap Konsentrasi Siswa di SD Negeri Brebes 01. *Jurnal Ilmu Pendidikan Sekolah Dasar*, 11(2), 127–136.
15. Fauzi & Surawan (2025). *TikTok Brain: Efek Video Pendek pada Daya Konsentrasi Mahasiswa*. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 2(3), 576-587.
16. Herman, T. S. (2024). Hubungan Antara Konsentrasi Belajar Dengan Tingkat Penggunaan Media Sosial *Tiktok* Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Iain Parepare (Doctoral dissertation, IAIN Parepare).
17. Hidayati, S. R. N., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Antara Konsep Diri dan Kepercayaan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 1–11.
18. Hurlock, E.B. (2002). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Ciracas, Jakarta: Penerbit Erlangga
19. Ida, F. F., & Musyarofah, A. (2021). Validitas dan reliabilitas dalam analisis butir soal. *Al-Muarrib: Journal of Arabic Education*, 1(1), 34–44.
20. Khusnia, I. (2025). ANALISIS DAMPAK PENGGUNAAN APLIKASI TIKTOK PADA PERILAKU SOSIAL SISWA DI SMP NEGERI 2 PAKISAJI (Doctoral dissertation, Universitas Islam Raden Rahmat).
21. Lafifah, M. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan *Tiktok* terhadap Prokrastinasi Akademik Remaja Kelas VII di SMPN 1 Babadan Ponorogo. (Skripsi). Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Ponorogo.
22. Linda Fitria, N. (2025). HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN TIKTOK DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DAN NILAI AKADEMIK SISWA DI SMPN 2 SEWON BANTUL YOGYAKARTA (Doctoral dissertation, POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA).
23. Mardiana, M., Wulandari, H., & Apsari, N. (2024). Konsentrasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Tematik Kelas V SDN 5 Nanga Nuak. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 12(1), 76–84. <https://doi.org/10.46368/jpd.v12i1.2189>
24. Mukarromah, L., Sajidin, M., & Andrianto, A. (2025). HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN GADGET DENGAN PRESTASI BELAJAR PADA SISWA SMP NEGERI 3 KUTOREJO (Doctoral dissertation, Perpustakaan Universitas Bina Sehat PPNI).
25. Novi, B. (2017). *Bacaan Wajib Orang Tua*. DIVA Press.
26. Nugroho, A. (2023). Pengaruh media sosial *Tiktok* terhadap motivasi belajar siswa: Kajian Literatur. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 8(3), 201–210.
27. Palupi, D. N., Meifilina, A., & Harumike, N. D. Y. (2020). The Effect of Using *Tiktok* Applications on Self-Confidence Levels. *Unisablitar*, 5(2), 66–74.

28. Paragita, A. (2022). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI di SMA Nurul Amaliyah Tanjung Morawa*. Skripsi, Universitas Medan Area.
29. Pratiwi, N., & Lestari, F. (2024). *Dopamin dan Media Sosial: Analisis Neurologis terhadap Ketergantungan Tiktok*. *Jurnal Ilmu Perilaku Digital*, 3(2), 41–56.
30. Rahmawati, A. Y. (2019). *Pengaruh Intensitas Menggunakan Aplikasi Tiktok Terhadap Perilaku Narsisme Remaja Muslim Komunitas Muser Jogja Squad*. (Skripsi). Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
31. Riinawati, R. (2021). Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik pada Masa Pandemi Covid-19 di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 2305–2312. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.886>
32. Sakerebau, J. (2018). Memahami Peran Psikologi Pendidikan Bagi Pembelajaran. BIA': *Jurnal Teolog Dan Pendidikan Kristen Kontekstual*, 1(1), 96–111. <https://doi.org/10.34307/b.v1i1.22>
33. Setiawan, A. (2025). *Penerapan Teori Beban Kognitif dalam Konteks Pembelajaran Digital*. *Jurnal Teknologi Pendidikan Indonesia*, 10(3), 199–211.
34. Sati, L., & Sunarti, V. (2021). The Relationship between Learning Concentration and
35. Learning Outcomes of Students at LKP Hazika Education Center. SPEKTRUM:
36. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*, 9(4),531. <https://doi.org/10.24036/spektrumpls.v9i4.113946>
37. Shernoff, D. J., Csikszentmihalyi, M., Schneider, B., & Shernoff, E. S. (2003). Student engagement in high school classrooms from the perspective of flow theory. *School Psychology Quarterly*, 18(2), 158–176. <https://doi.org/10.1521/scpq.18.2.158.21860>
38. Sudarwanto, Y., Lukitaningsih, A., & Maharani, B. D. (2021). Pengaruh keamanan, kemudahan penggunaan, dan kepercayaan terhadap keputusan pembelian pada situs Lazada. *Jurnal Bina Bangsa Ekonomika*, 14(2), 337–345.
39. Syifa, M., Purnamasari, I., & Wahyuni, D. (2023). Upaya Meningkatkan Konsentrasi dan Hasil Belajar Siswa Dengan Media Audio Visual Kelas IV SD. *Seminar Nasional PPG Upgris*, 144–151.
40. Sweller, J. (1988). *Cognitive Load During Problem Solving: Effects on Learning*. *Cognitive Science*, 12(2), 257–285.
41. Wahyuliarmy, A. I., & Ayu Kumala Sari, C. (2021). Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Interaksi Sosial. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 5(2), 100–114. <https://doi.org/10.32492/idea.v5i2.5204>
42. Yuliana, Anindita, H. A., & Syaifuddin, M. W. (2021). Pengaruh Konsentrasi Belajar dan Lingkungan Belajar terhadap Hasil Belajar Matematika pada Pembelajaran Daring. *PRISMA*, 10(2), 141–155. <https://jurnal.unsur.ac.id/prisma>
43. Yusuf, F., Rahman, H., Rahmi, S., & Lismayani, A. (2023). Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Sarana Komunikasi, Informasi, dan Dokumentasi: Pendidikan Di Majelis Taklim Annursejahtera. *Jurnal Hasil-Hasil Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.35580/jhp2m.v2i1.122>